11.002 Bravčová pečeň na rajčiakoch a paprike
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg , l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčová pečeň	6,00	5,70	7,00	6,65	8,00	7,60	9,00	8,55
cibuľa	1,00	0,85	1,70	1,45	1,70	1,45	2,00	1,70
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
múka hladká	0,20	0,20	0,30	0,30	0,35	0,35	0,40	0,40
cesnak	0,06	0,05	0,10	0,09	0,15	0,13	0,15	0,13
rajčiaky	1,50	1,35	2,00	1,80	2,50	2,25	3,00	2,70
paprika čerstvá	2,00	1,50	2,50	1,88	2,80	2,10	3,00	2,25
soľ	0,08	0,08	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20
paprika červená mletá	0,01	0,01	0,02	0,0,2	0,03	0,03	0,05	0,05
hmotnosť porcie v g	92		118		150		176	
hmotnosť mäsa v g	37		43		50		56	
hmotnosť šťavy v g	55		75		100		120	

Receptúra

Výrobný postup

Bravčovú pečeň umyjeme, odblaníme a pokrájame na rezance. Cibuľu očistíme, pokrájame na drobno, opražíme na oleji. Vložíme pokrájanú pečeň a dusíme do mäkka. Udusenú pečeň vyberieme, šťavu zahustíme múkou opraženou nasucho, s červenou mletou paprikou. Dobre rozšľaháme a precedíme na pečeň. Nakoniec pridáme zvlášť udusené rajčiaky a papriku. Dochutíme očisteným, prelisovaným cesnakom. Povaríme ešte 20 minút. Solíme pred podávaním.
Príloha: zemiaky, dusená ryža.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	489	117	12,15	5,3	1,8	4,7	0,8	14,6	8,6	5,623	0,2	2,0	34,2	9,7
B	652	156	14,37	7,7	3,1	6,6	1,1	19,7	10,1	6,567	0,2	2,3	42,6	11,4
C	792	190	16,43	10,1	4,3	7,6	1,3	22,9	11,6	7,510	0,3	2,7	48,4	13,0

D	934	224	18,50	12,4	5,5	8,6	1,5	26,7	13,0	8,453	0,3	3,0	53,6	14,7